



## **ACTIVIDAD DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD FRENTE A LA OBESIDAD INFANTIL Y JUVENIL 2022/2023**

### **XVII EDICIÓN**

Mérida, 12 de septiembre de 2022

Estimado/a director/a:

Nos complace invitarles a participar en la “**Actividad de Educación para la Salud frente a la Obesidad Infantil y Juvenil 2022/2023**” (A2022). Esta actividad se ha celebrado de forma ininterrumpida desde 2005, a excepción del curso 2020/2021 debido a la pandemia. El **objetivo** es **promocionar estilos de vida saludables, fomentando la alimentación saludable y la práctica regular de ejercicio físico** en los centros educativos, para disminuir los índices de obesidad y de sobrepeso en Extremadura.

Va dirigida a todo el alumnado del segundo ciclo de Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria, Formación Profesional Básica y al de Enseñanza Básica de los Centros de Educación Especial, de todos los centros educativos de Extremadura. El tema de este año 2022/2023 es “**La dieta mediterránea**”. **Se trabajará especialmente alguno de los siguientes alimentos: aceite de oliva virgen, frutas y verduras, cereales integrales, pescados y/o legumbres.**

Un/a maestro/a, profesor/a o educador/a social, actuará como **coordinador/a** de la Actividad en el centro, pudiendo contar con el apoyo de hasta otros cinco profesores (o personal no docente) **colaboradores/as**. Este número de colaboradores/as podrá incrementarse, cuando el centro inscriba más de 100 alumnos/as en la A2022, a razón de una persona más por cada 20 alumnos/as adicionales a esos 100, con un límite máximo de 10 colaboradores/as en total por centro.

En todo caso, se respetarán todas las medidas frente al COVID vigentes en cada momento.

#### **LA A2022 INCLUYE:**

■ **Jornada formativa e informativa previa.** Actividad voluntaria. Este año se celebrará en Mérida en noviembre 2022, si existe demanda. Podrá asistir el coordinador/a de la actividad en el centro u otra persona (una persona por cada centro). Su asistencia será reconocida con 0.5 créditos.

Las actividades a llevar a cabo serán, como mínimo, las siguientes<sup>1</sup> (estas actividades se podrán incrementar, a criterio del coordinador/a y de los colaboradores, con el objetivo de hacer la Actividad más efectiva):

■ **Charla-exposición participativa al alumnado sobre los beneficios de una alimentación saludable y de la práctica de ejercicio físico.** Actividad obligatoria. Se realizará preferentemente por el coordinador/a o por uno de sus colaboradores/as.

#### ■ **Ejercicio físico:**

■ **Actividad obligatoria.** Tras la oportuna reflexión, decidirán qué ejercicio físico van a realizar y diseñarán cómo llevarlo a cabo; senderismo, bicicleta, juegos tradicionales, etc. y disfrutarán del mismo con sus compañeros/as. Se deberá practicar en zonas cercanas al centro, donde se pueda ir por medios no motorizados, a pie. Se evitará tener que trasladarse en autobuses u otros medios motorizados. Esta actividad puede ser previa o posterior a las de alimentación saludable.

#### ■ **Alimentación saludable:**

■ **Taller.** Actividad obligatoria. Cada alumno/a llevará uno o dos alimentos de su casa que considere saludables. Los alumnos/as, deben tomar por sí solos/as la decisión de qué alimento llevar y deberán explicar al resto de su clase porqué los consideran saludables, apoyándose para ello en la charla inicial. **En todo caso, se hará hincapié en el estudio del etiquetado y/o composición nutricional, incidiendo en la conveniencia de disminuir el consumo de alimentos ricos en grasas saturadas, azúcar y/o sal (se adaptará especialmente por el profesorado en E. Infantil).** Con el objetivo de favorecer una alimentación saludable y **sostenible**, también deberá incidirse en la conveniencia de evitar desperdicios de comidas, reducir el uso de plásticos y promover el consumo de alimentos de proximidad. El taller se adaptará a la edad del alumnado.

<sup>1</sup> No se permitirá cambio alguno en las actividades mínimas propuestas. Sin el mínimo de actividades indicado, no se reconocerán con los créditos que se indican más adelante. En especial **no se reconocerán** con esos **créditos**, cuando se sustituyan las **actividades obligatorias por actividades online** o cuando **no se completen la totalidad de las actividades obligatorias propuestas, independientemente de la causa.**

■ **Degustación de los alimentos.** Actividad voluntaria. Si procede, se prepararán los alimentos, extremando las medidas preventivas (lavado de manos antes y después de usar los alimentos, etc.). Será buen momento para relacionarse y para que muchos niños y niñas se embarquen en la aventura de probar nuevos alimentos (no deberán compartir alimentos). Se elegirán preferentemente lugares en el exterior.

■ VIII Certamen **“Aprendo a cocinar con...” (dieta mediterránea).** Actividad voluntaria. Los alumnos/as expondrán en clase una receta de cocina que previamente hayan elaborado en su casa con un adulto. Para ampliar información, resolver dudas, e **inscribirse**, enviar correo a: eulalio.ruiz@salud-juntaex.es, y se les remitirá el anexo del Certamen “Aprendo a cocinar con...” También puede contactarse con la Unidad de Educación para la Salud de la Dirección General de Salud Pública, con D. Eulalio Ruiz Muñoz en el teléfono 924 382 785.

El coordinador/a y sus colaboradores/as actuarán en todo momento como mediadores, facilitando y guiando a los alumnos/as que participarán activamente en todos los pasos, disfrutando, sin olvidar el respeto al medio ambiente (no utilizar bolsas de plástico, reciclar la basura, etc.) y, como se ha citado, promoviendo la sostenibilidad.

■ **Envío de material promocional y de apoyo.** Este año se enviará a los centros educativos participantes material promocional, aunque de forma limitada y proporcional al número de alumnos/as inscritos/as. El coordinador/a también dispondrá de material de apoyo que se le enviará por correo electrónico desde Sanidad (Unidad de Educación para la Salud).

■ **Memoria.** La realizará el coordinador/a para evaluar la A2022. Con el objetivo de facilitar su evaluación, se **seguirá obligatoriamente el guion que se incluirá con el material de apoyo.** Ésta deberá ser enviada exclusivamente por vía electrónica, al correo electrónico, eulalio.ruiz@salud-juntaex.es, antes del **08 de mayo de 2023.** Deberá ser en soporte PDF y contener la firma del coordinador/a y del director/a del centro, y sello del centro, dando así fe de que las actividades han sido efectivamente realizadas. Se aconseja adjuntar escaneada, de forma independiente, la hoja de la memoria con las firmas o, en su lugar, también se podrá firmar digitalmente la propia memoria. Se adjuntará, en archivos independientes, una fotografía de la actividad de ejercicio físico y otra de la actividad de alimentación en formato JPG (no podrán ser modificadas en nada para permitir así verificar la fecha en sus metadatos). En lugar de remitir fotografías, podrá indicarse la dirección web de acceso público del centro donde esté claramente de manifiesto que las fotografías allí expuestas pertenecen a la A2022. No se enviarán enlaces a archivos compartidos, pues los sistemas de seguridad del SES impiden verlos en muchos casos. Las fotografías se tomarán de tal forma que no permita que las personas sean reconocidas.

Se reconocerá la coordinación y la colaboración respectivamente, al coordinador/a y los colaboradores/as que figuren en la memoria remitida (en todo caso se respetará el número máximo antes citado). Estos trabajos, en el ámbito público, serán valorados, para los coordinadores y colaboradores, respectivamente con los siguientes créditos: 3 créditos de formación para el coordinador/a y 2 créditos de formación para los colaboradores/as. Como en las últimas ediciones, no se emitirán certificados en soporte papel para los docentes (se incluirán directamente en la base de datos de formación del profesorado una vez que Sanidad haya evaluado las memorias de todos los centros participantes). A los profesionales no docentes, se les emitirá un documento en papel por parte de Educación (número de horas a especificar por Educación; estimadas entre 20 y 30 horas).

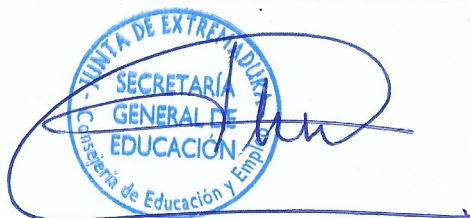
## INSCRIPCIÓN

**Para participar**, se deberá **enviar un correo electrónico** a: eulalio.ruiz@salud-juntaex.es, Fecha límite: **18 de octubre de 2022**, inclusive, indicando en todo caso todos los datos siguientes:

- **Nombre del centro educativo y localidad.**
- **Coordinador/a (una sola persona por centro): nombre oficial, dos apellidos y NIF (NIF expresado sin puntos y con letra en mayúscula).** Por favor, poner especial cuidado en no cometer errores pues esto es clave para evitar errores en los reconocimientos con los créditos citados.
- **¿El coordinador/a tiene intención de asistir a la jornada previa en Mérida en noviembre?** (indicar sí o no): .....
- **Colaborador/es (indicar para cada uno de ellos/as): nombre oficial, dos apellidos y NIF (igual forma que antes).**
- **Nº total de alumnos/as sobre los que se intervendrá (por favor, desglosar en nº de chicos y de chicas):**
  - Educación Infantil (sólo 2º ciclo): .....
  - Educación Primaria: .....
  - Educación Secundaria Obligatoria: ...
  - Formación Profesional Básica: .....
  - Educación Especial: .....

La selección se realizará por riguroso orden de entrada del correo, hasta un máximo de 200 centros. Se considerará entrada correcta aquella que se presente con todos los datos solicitados correctos. Los centros seleccionados recibirán un correo electrónico confirmando su inscripción. Se aconseja no iniciar las actividades hasta recibir ese correo.

D. Francisco Javier Amaya Flores  
Secretario General de Educación



D<sup>a</sup>. Pilar Guijarro Gonzalo  
Directora General de Salud Pública

